



労働者における健康要因の形成と向上方策に関する 予防医学研究

| | |
|--------|---|
| 著者 | 鈴木 瞬 |
| 発行年 | 2015 |
| 学位授与大学 | 筑波大学 (University of Tsukuba) |
| 学位授与年度 | 2014 |
| 報告番号 | 12102甲第7425号 |
| URL | http://hdl.handle.net/2241/00126028 |

| | |
|---------|-----------------------------------|
| 氏名（本籍） | 鈴木 瞬 |
| 学位の種類 | 博士（医学） |
| 学位記番号 | 博甲第 7425 号 |
| 学位授与年月 | 平成 27 年 3 月 25 日 |
| 学位授与の要件 | 学位規則第 4 条第 1 項該当 |
| 審査研究科 | 人間総合科学研究科 |
| 学位論文題目 | 労働者における健康要因の形成と向上方策に関する予防 医学研究 |

| | | | |
|----|--------|---------|-------|
| 主査 | 筑波大学教授 | 博士（保健学） | 市川 政雄 |
| 副査 | 筑波大学教授 | 医学博士 | 高橋 祥友 |
| 副査 | 筑波大学講師 | 博士（医学） | 岡田 昌史 |
| 副査 | 筑波大学助教 | 博士（医学） | 新開 泰弘 |

論文の内容の要旨

（目的）

わが国における職場のストレスは喫緊の課題であり、その解決のため職業性ストレス研究が多く蓄積されてきた。しかし、Antonovsky はそれらがストレッサーを排除する「疾病生成論」であると指摘し、ストレス対処の新たな視座として「健康生成論」を提唱した。健康生成論は、ストレッサーがあまねく存在するなか、人びとの健康をいかに保持、増進、回復していくかという点に着目している。健康生成論と、その中核因子であるストレス対処力（SOC）は国際的に注目されており、近年わが国における職場のヘルスプロモーションにおいても有力なモデルとして期待されている。

SOC がもっとも大きく形成されるのは思春期であり、同時期の学校環境の重要性が指摘されている。学校環境整備においていじめ問題が最重要課題であることから、いじめ経験が SOC の形成に関与している可能性がある。一方、一度形成された SOC の向上方策も模索されている。わが国では、うつ病労働者の復職や再休職予防のために、集団認知行動療法（CBGT）が広まってきており、それが労働者の SOC 向上に寄与する可能性がある。そこで、本研究ではそれら 2 点について、横断研究と前後比較研究で検討した。

（対象と方法）

研究①：労働者における 10 代時期のいじめ経験と成人期の SOC の関連

筑波研究学園都市交流協議会の所属機関の労働者を対象に、2011年11月に無記名のアンケート調査を実施した。調査内容は、基本属性、10代時期にいじめられた経験（いじめ被害経験）、いじめた経験（いじめ加害経験）、SOC 日本語 13 項目版（SOC-13）である。各経験の有無で SOC に違いがあるか検討するため、t 検定を行った。また、対象者を各経験の有無により 4 群（両経験なし群、いじめ被害経験のみ群、いじめ加害経験のみ群、両経験あり群）に分け、多重比較検定を行った。

研究②：うつ病労働者に対する CBGT を介した SOC の変化

一医療機関で CBGT を利用した外来通院中のうつ病労働者を対象に、SOC と抑うつの度合を CBGT 実施前後に測定した。CBGT は約 2 か月かけて行われるものである。測定には SOC 日本語 29 項目版（SOC-29）と抑うつ尺度（BDI-II）を用いた。

（結果）

研究①

対象者は 9,525 名で、いじめ被害経験がある人（ $n=1,056$ ）は、ない人（ $n=8,469$ ）と比べ、SOC が有意に低かった。各群の SOC 得点（平均 \pm SD）は 49.5 ± 11.8 、 56.1 ± 11.8 であり、男女別でも同様の傾向が認められた。一方、いじめ加害経験がある人（ $n=111$ ）は、ない人（ $n=9,414$ ）と比べ、SOC が有意に低かった。各群の SOC 得点は 49.3 ± 11.8 、 55.1 ± 11.9 であり、男女別でも同様の傾向が認められた。多重比較検定では、両経験なし群（ $n=8,441$ ）と比べ、いじめ被害経験のみ群（ $n=973$ ）と両経験あり群（ $n=83$ ）の SOC が有意に低かった。各群の SOC 得点は 56.6 ± 11.6 、 50.1 ± 12.1 、 48.3 ± 12.2 であった。

研究②

対象者は 16 名で、SOC は CBGT 前後で 106.6 ± 26.0 から 122.7 ± 34.2 へ有意に向上した。また、抑うつの度合も有意に改善した。

（考察）

10 代でのいじめ被害経験は、耐えうる負荷を逸脱した過大なストレス経験となり、SOC の形成を阻害している可能性がある。また、いじめ加害経験も、学校における良質でない人生経験として、SOC の形成を阻害している可能性がある。したがって、いじめのない安定した学校環境を整備していくことが、思春期や青年期の健康生成はもとより、成人期以降の労働者における健康保持やストレス対処にも重要であると考えられる。

一方、CBGT の前後で SOC が向上したが、これは CBGT の集団療法的側面が参加者同士の代理学習体験を促し、SOC の向上に寄与したのかもしれない。また、認知療法的介入でストレス場面に対する適切な物の見方が養われ、行動療法的介入で過小負荷と過大負荷のバランス経験が養われた結果、SOC が向上した可能性もある。いずれにせよ、CBGT は労働者の SOC を向上させる一方策として有用である可能性が示唆された。

本研究は、労働者における SOC の形成ならびに向上方策に関する新たな知見を供するものであり、この知見は労働者のヘルスプロモーションを推進していくうえで考慮すべきである。

審査の結果の要旨

(批評)

労働者のメンタルヘルス対策において、本研究は個人のストレス対処力（SOC）に着目し、SOC が形成される思春期のいじめ経験が労働者の SOC に関連しているかどうか、また集団認知行動療法により SOC が改善するかどうかを検証したものである。本研究は労働者のメンタルヘルス対策が学校保健と無関係でないことを示唆した点でユニークであり、労働者のヘルスプロモーションに資する新たな知見を供したと評価できる。

平成 26 年 12 月 22 日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行い、最終試験を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士（医学）の学位を受けるのに十分な資格を有するものと認める。